

УТВЕРЖДАЮ

И.о Зав Детсад №11 «Родничок»

Т. И. Мозговая

Мозговая

День 1-й

« _ » _____ 202_ г.

МЕНЮ

ЗАВТРАК

№ п/п	Наименование блюда	масса порции (ясли)	масса порции (сад)	К-во Ккал.
1	Суп молочный с гречневой крупой	150	200	90,4/120,4
2	Масло сливочное порционно	10	10	46,27
3	Кофейный напиток	150	200	118,1/120,7
	Витаминный завтрак			
	Фрукты свежие или сок	100/150	200/200	69/92

ОБЕД

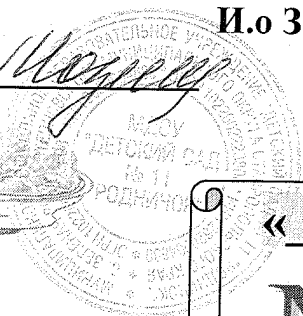
№ п/п	Наименование блюда	масса порции (ясли)	масса порции (сад)	К-во Ккал. ясли/сад
1	Борщ с капустой и картофелем	150	250	53,95/89,91
2	Тефтели рыбные	70	80	127/145
3	Соус томатный	30	30	17,43
4	Макаронные изделия оотварные	120	150	140,5/147,6
5	Компот из сухофруктов	150	200	58,23/109
	ПОЛДНИК			
1	Кондитерские изделия	20	30	162,7
2	Чай с лимоном	150	200	47,2/62,8
	Хлеб пшенич/ржаной на день	105	105	243,28

УТВЕРЖДАЮ

И.о Зав Детсад №11 «Родничок»

Т.И.Мозговая

День - 2



« » 202 г.
МЕНЮ

ЗАВТРАК

№ п/п	Наименование блюда	масса порции (ясли)	масса порции (сад)	К-во Ккал.
1	Суп молочный с рисом	150	200	103/137,3
2	Масло сливочное порционно	10	10	46,27
3	Чай с лимоном	150	200	47,2/62,8
	Витаминный завтрак			
	Фрукты свежие или сок	100/150	200/200	69/92

ОБЕД

№ п/п	Наименование блюда	масса порции (ясли)	масса порции (сад)	К-во Ккал. ясли/сад
1	Щи из свеж капустой и картофелем	150	250	49,87/83,11
2	Жаркое по домашнему	180	230	309,45/145
3	Кисель из концентрата	150	200	95,38/127,17
	ПОЛДНИК			
1	Кондитерские изделия	20	30	162,7
2	Чай с сахаром	150	200	47,2/62,8
	Хлеб пшенич/ржаной на день	105	105	243,28

УТВЕРЖДАЮ

И.о Зав Детсад №11 «Родничок»

Г.И.Мозговая

День 3^й

« » 202 г.

МЕНЮ



ЗАВТРАК

№ п/п	Наименование блюда	масса порции (ясли)	масса порции (сад)	К-во Ккал.
1	Каша овсяная из «Геркулеса» жидкая	150	200	156/208
2	Сыр «Российский» твёрдый	10	15	36,4/54,6
3	Какао на молоке	150	200	148,1/197,5
Витаминный завтрак				
	Фрукты свежие или сок	100/150	200/200	69/92

ОБЕД

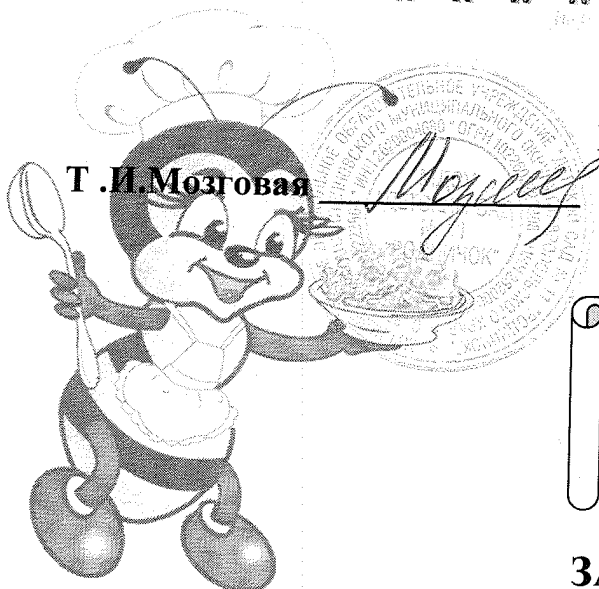
№ п/п	Наименование блюда	масса порции (ясли)	масса порции (сад)	К-во Ккал. ясли/сад
1	Суп крестьянский с крупой	150	250	57,42/97,64
2	Плов из отварной говядины	160	210	339,6/452,8
3	Компот из сухофруктов	150	200	58,23/109
ПОЛДНИК				
1	Булочка домашняя	60	80	108,4/110,5
2	Чай с лимоном	150	200	47,2/62,8
	Хлеб пшенич/ржаной на день	105	105	243,28

УТВЕРЖДАЮ

И.о Зав Детсад №11 «Родничок»

Т.И.Мозговая

День 4^й



« » 202 г.

МЕНЮ

ЗАВТРАК

№ п/п	Наименование блюда	масса порции (ясли)	масса порции (сад)	К-во Ккал.
1	Суп молочный с макаронными изделиями	150	200	192,2/237,5
2	Масло сливочное порционнo/сыр твёрдый	10/10	10/15	46,27 36,4/54,6
3	Чай с лимоном	150	200	47,2/62,8
	Витаминный завтрак			
	Фрукты свежие или сок	100/150	200/200	69/92

ОБЕД

№ п/п	Наименование блюда	масса порции (ясли)	масса порции (сад)	К-во Ккал. ясли/сад
1	Суп картофельный с клёцками	150	250	108,8/181,32
2	Рагу из мяса Ц/Б	185	220	129,7/354,4
3	Компот из сухофруктов	150	200	58,23/109
	ПОЛДНИК			
1	Оладьи	60	80	147,3/229
2	Компот из свежих яблок	150	200	58,23/77,64
	Хлеб пшенич/ржаной на день	105	105	243,28

УТВЕРЖДАЮ

И.о Зав Детсад №11 «Родничок»

Т.И.Мозговая

День - 5

« » 202 г.

МЕНЮ

ЗАВТРАК

№ п/п	Наименование блюда	масса порции (ясли)	масса порции (сад)	К-во Ккал.
1	Сырники из творога запечённые	80	120	165,6/248
2	Масло сливочное порционнo	10	10	46,27
3	Чай с сахаром	150	200	50/
Витаминный завтрак				
	Фрукты свежие или сок	100/150	200/200	69/92

ОБЕД

№ п/п	Наименование блюда	масса порции (ясли)	масса порции (сад)	К-во Ккал. ясли/сад
1	Суп картофельный с бобовыми	150	250	85,3/89,91
2	Каша пшеничная вязкая	120	150	120,8/166,7
3	Соус томатный	30	30	17,43
4	Котлеты из мяса Ц/Б	60		146,3/
5	Компот из сухофруктов	150	200	58,23/109
ПОЛДНИК				
1	ряженка	100	100	142,2
2	Булочка с повидлом	70/15	80/20	205,18/241,6
	Хлеб пшенич/ржаной на день	105	105	243,28

УТВЕРЖДАЮ

И.о Зав Детсад №11 «Родничок»

Т.И.Мозговая



Дельт 6-5

« » 202 г.

МЕНЮ

ЗАВТРАК

№ п/п	Наименование блюда	масса порции (ясли)	масса порции (сад)	К-во Ккал.
1	Суп молочный с манной крупой	150	200	104,3/141,4
2	Масло сливочное порционно	10	10	46,27
3	Кофейный напиток на молоке	150	200	118,1/120,7
Витаминный завтрак				
	Фрукты свежие или сок	100/150	200/200	69/92

ОБЕД

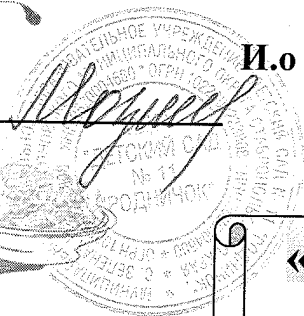
№ п/п	Наименование блюда	масса порции (ясли)	масса порции (сад)	К-во Ккал. ясли/сад
1	Суп картофельный с крупой	150	250	78,04/83,11
2	Тефтели рыбные	70	80	127/145
3	Пюре картофельное	120	150	103,32/129,15
4	Кисель из концентрата	150	200	98,38/109
ПОЛДНИК				
1	Пирожок печённый с повидлом	60	75	132,5/193
2	Чай с сахаром	150	200	47,2/62,8
	Хлеб пшенич/ржаной на день	105	105	243,28

УТВЕРЖДАЮ

И.о Зав Детсад №11 «Родничок»

Т.И.Мозговая

Делет 4-й



« » 202 г.

МЕНЮ

ЗАВТРАК

№ п/п	Наименование блюда	масса порции (ясли)	масса порции (сад)	К-во Ккал.
1	Суп молочный с пшеничной крупой	150	200	90,4/120,4
2	Масло сливочное порционно	10	10	46,27
3	Чай с лимоном	150	200	47,2/62,8
	Витаминный завтрак			
	Фрукты свежие или сок	100/150	200/200	69/92

ОБЕД

№ п/п	Наименование блюда	масса порции (ясли)	масса порции (сад)	К-во Ккал. ясли/сад
1	Свекольник со сметаной	150	250	77/122,91
2	Гуляш из отварной говядины	70/40		282,4/323
3	Пюре картофельное	120	150	103,32/139,15
4	Компот из сухофруктов	150	200	58,23/109
	ПОЛДНИК			
1	Булочка домашняя	60	80	198,11/264,14
2	Кисель из концентрата	150	200	95,38/
	Хлеб пшенич/ржаной на день	105	105	243,28

УТВЕРЖДАЮ

И.о Зав Детсад №11 «Родничок»

Т.И.Мозговая



День 8^е

«__» _____ 202__ г.

МЕНЮ

ЗАВТРАК

№ п/п	Наименование блюда	масса порции (ясли)	масса порции (сад)	К-во Ккал.
1	Суп молочный с макаронными изделиями	150	200	129,2/139,2
2	Масло сливочное порционно	10	10	46,27
3	Чай с сахаром	150	200	47,2/62,8
	Витаминный завтрак			
	Фрукты свежие или сок	100/150	200/200	69/92

ОБЕД

№ п/п	Наименование блюда	масса порции (ясли)	масса порции (сад)	К-во Ккал. ясли/сад
1	Суп картофельный с клёцками	150	250	108,8/118,11
2	Биточки из говядины	70	80	144,4/165
3	Каша вязкая гречневая	120	150	118,2/145,3
4	Кисель из концентрата	150	200	95,38/127,17
	ПОЛДНИК			
1	Ватрушка с повидлом	60	75	155,3/194,1
2	Компот из свежих яблок	150	200	58,23/
	Хлеб пшенич/ржаной на день	105	105	243,28

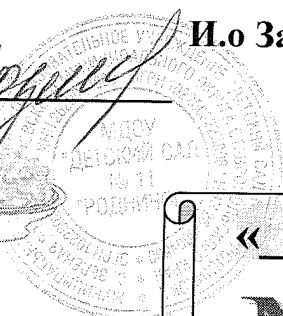
УТВЕРЖДАЮ

И.о Зав Детсад №11 «Родничок»

Т.И.Мозговая

Мозговая

Дети 9-9



« » 202 г.

МЕНЮ

ЗАВТРАК

№ п/п	Наименование блюда	масса порции (ясли)	масса порции (сад)	К-во Ккал.
1	Омлет натуральный	60	80	90,3/120,4
2	Масло сливочное порционно	10	10	46,27
3	Чай с сахаром	150	200	47,2/62,8
Витаминный завтрак				
	Фрукты свежие или сок	100/150	200/200	69/92

ОБЕД

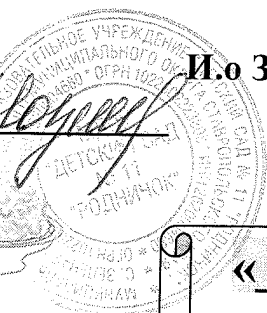
№ п/п	Наименование блюда	масса порции (ясли)	масса порции (сад)	К-во Ккал. ясли/сад
1	Суп картофельный с бобовыми	150	250	85,3/89,91
2	Плов из мяса Ц/Б	185	220	390,5/462,1
3	Кисель из концентрата	150		95,38/127,17
ПОЛДНИК				
1	Кондитерские изделия	20	30	162,7
2	Чай с лимоном	150	200	47,2/62,8
	Хлеб пшенич/ржаной на день	105	105	243,28

УТВЕРЖДАЮ

И.о Зав Детсад №11 «Родничок»

Т.И.Мозговая

Декабрь - 10^е



« » 202 г.

МЕНЮ

ЗАВТРАК

№ п/п	Наименование блюда	масса порции (ясли)	масса порции (сад)	К-во Ккал.
1	Запеканка из творога	130	130	270,7
2	Масло сливочное + сыр порционно	10/10	10	46,27/36,4
3	Чай с сахаром	150	200	47,2/62,8
	Витаминный завтрак			
	Фрукты свежие или сок	100/150	200/200	69/92

ОБЕД

№ п/п	Наименование блюда	масса порции (ясли)	масса порции (сад)	К-во Ккал. ясли/сад
1	Борщ с капустой и картофелем	150	250	53,95/89,91
2	Птица тушённая	60	70	216,8/170,7
3	Соус томатный	30	30	17,43
4	Капуста тушённая	120	150	73,8/120,8
5	Компот из сухофруктов	150	200	58,23/109
	ПОЛДНИК			
1	Булочка домашняя	60	80	108,4/198,11
2	Ряженка	100	100	142,2
	Хлеб пшенич/ржаной на день	105	105	243,28